

Inhaltsverzeichnis

Prolog	7
Geschichte der Mandalas	8
Das Mandala im indischen Rigveda.....	8
Das Mandala im tibetischen Buddhismus	9
Das Mandala im hinduistischen Tantra	11
Darstellung des Mandalas mit den 7 Chakren.....	12
Verschiedene Darstellungsformen und Arbeitsmöglichkeiten der Mandalas	12
Das Mandala als Reise vom Ich zum höheren Selbst.....	14
Erläuterungen zur Bildbeschreibung.....	16
1.) Zur inneren Fläche des großen Kreises, die den Körper symbolisiert.....	16
2.) Zum kleinen Kreis im Mittelpunkt, der das Ich symbolisiert	17
Das Ich.....	19
3.) Zum größeren Kreis im Mittelpunkt, der das Selbst symbolisiert	19
Das Selbst.....	20
4.) Zu den inneren vertikalen Kreisen, die die Seelenachse symbolisieren	21
Seele	21
4a.) Zu dem vertikalen oberen Kreis, der für das Unterbewusstsein steht.....	22
Das Unterbewusste	23
Kollektives Unbewusstes	23
4b.) Zu dem vertikalen unteren Kreis, der für das Bewusstsein steht.....	23
Das Bewusstsein.....	24
Spektrum des Bewusstseins	25
5.) Zu den inneren Kreisen horizontal, die die Geistachse symbolisieren	26
Geist	26
5a.) Zu dem horizontalen linken Kreis, der für die konkreten Gedanken steht	27
Die Kraft der Gedanken	28
5b.) Zu dem horizontalen rechten Kreis, der für die abstrakten Gedanken steht.....	29
Inspiration.....	29
Intuition	29
6.) Zu dem Kreisring, der die uns umgebende Welt symbolisiert.....	30
6a.) Zum einen steht es für unsere umgebende Ausstrahlung.....	31
6b.) Zum anderen steht es für unsere Umwelt und Umgebung, in der wir uns befinden.....	32
7.) Zu den kleinen Kreisen im Kreisring, die die inneren und äußeren Bereiche symbolisieren	33
7a.) Zu den 12 Tages- und den 12 Nachtstunden mit der Organuhr des Menschen ...	33
7b.) Zu den 12 Äonen und den 12 Winden	34
Präzession.....	34

Die Winde	35
7c.) Für unsere Wahrnehmung unserer 12 Sinne von außen nach innen	36
7d.) Für unsere Wahrnehmung unserer 12 Sinne von innen nach außen	36
7e.) Sie können auch für die uns umgebenden 12 Tierkreiszeichen	39
Kurzbeschreibung der zwölf Tierkreiszeichen.....	40
8.) Zu den vier Spitzen im Inneren des Kreisringes, die die Himmelsrichtungen symbolisieren	52
8a.) Zu den vier Himmelsrichtungen Osten, Westen, Norden und Süden	52
8b.) Zu den Richtungen, die auch für unsere Wege stehen, die wir gehen	53
9.) Zu den 4 Spitzen am äußeren Kreisring, die für die Elemente und Temperamente stehen.....	54
Die Elementarwesen - Gnomen - Undinen - Sylphen und Salamander	54
9a.) Zu den 4 Spitzen, die für die Elemente Erde, Feuer, Luft und Wasser stehen	57
Erde	57
Wasser	58
Feuer.....	58
Luft.....	59
9b.) Zu den 4 Temperamenten: Melancholiker, Choleriker, Sanguiniker, Phlegmatiker.....	60
9c.) Gespannter Innenmensch, gespannter Außenmensch, gelöster Außenmensch, und gelöster Innenmensch.....	60
10.) Zu der Fläche außerhalb des Kreisringes, die für die Weite der Dimensionen steht	63
Dimension in der Geometrie	63
Dimension in der Physik	63
Mehrdimensionaler Raum	63
Vierte Dimension	63
10a.) Unsere irdische Welt.....	64
10b.) Unsere planetarische Welt	65
10c.) Unsere galaktische Welt.....	66
10d.) Unsere interstellare Welt.....	67
10e.) Die Unendlichkeit des Universums.....	68
Sonne.....	69
Mond	70
Merkur.....	71
Venus.....	73
Mars.....	74
Jupiter	75
Saturn	77
Uranus	78
Neptun	80
Pluto	81

Das Mandala als Selbstbildnis.....	83
Verschiedene Betrachtungsweisen des Mandalas	84
Verschiedene Betrachtungsmethoden des Mandalas, des Ichs und des Selbst	84
Die Konzentration	84
Die Visualisation	84
Die Imagination.....	84
Die Meditation.....	85
Die Kontemplation	85
Über die Symbole.....	86
Symbol = Sinnbild, Sinnzeichen	86
Man unterscheidet drei Klassen von Symbolen	87
1.) die subjektiven Symbole.....	87
2.) die figurativen Symbole.....	87
3.) die imaginativen Symbole.....	87
Symbole und das Selbst.....	88
Symbole und Traum	89
Über die Farben	90
a.) Die fünf liturgischen Farben für die sakralen Feiern	90
b.) Farben der Wochentage in der Antike	90
c.) Farben der Geometrie nach Pythagoras	91
d.) Farben der Elemente	91
e.) Farben und Reaktionen des Körpers	91
f.) Farben und Psyche.....	92
g.) Klassische Farbtherapie	92
h.) Verschiedene Zuordnungen zu den Farben.....	93
Weitere Darstellungsformen und Gestaltungsmöglichkeiten der Mandalas	95
a.) Das Mandala in der Natur	96
b.) Das Mandala als universales Prinzip	97
c.) Das Mandala in der Architektur	98
d.) Das Mandala in der Musik	98
e.) Das Mandala als Horoskop	99
f.) Das Mandala als Fraktal	100
g.) Das Mandala als Sonnenstein der Azteken	101
h.) Das chinesische Yin und Yang als Mandala.....	102
i.) Darstellung des menschlichen Auges als Spiegel der Seele, als Mandala.....	103
j.) Darstellung eines magischen Kreises als Mandala	104
Einige Erläuterungen zu den Begriffen	106
Liste für das Erstellen der individuellen Identifikationen und Zuordnungen	108
Mandalazeichnung zum Eintragen ihrer persönlichen Symbole.....	112
Beispiele von verschiedenen Mandalas.....	113
EPILOG.....	116

Weitere Werke und Angebote - Adressen und Kontakt der Autoren.....	118
Weitere Werke zum Thema Mandala.....	118
Weitere Literatur	120
ADRESSEN UND KONTAKTE.....	122
Aus dem weiteren Verlagsprogramm.....	123